



Утверждаю  
 Ген. директор ООО «Комбинат школьного питания и торговли»  
 В. Н. Серикова

# МЕНЮ

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для возрастной категории 7-11 лет

на 9 декабря 2024 год

## ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Икра кабачковая	60	0,7	2,8	4,6	47	ПР
Омлет с сыром	130/5	16,2	26,3	2,3	312	211/2015
Кофейный напиток с молоком	200	3	1,2	14,7	93	379/2015
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
Фрукты свежие (яблоки)	140	0,5	0,5	13,7	66	338/2015
<b>ИТОГО:</b>		<b>23,8</b>	<b>31,3</b>	<b>58,8</b>	<b>619</b>	

## ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Нарезка из соленых огурцов	60	0,5	0,1	1	6	70/2015
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,4	2,2	13,8	95	103/2015
Мясо тушеное	100(50/50)	15,2	17,8	2,5	225	256/2015
Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	150	3,2	4,2	20,8	133	303/2015
Кисель плодово-ягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
Ряженка	180	5,2	4,5	7,6	92	386/2015
<b>ИТОГО:</b>		<b>32,3</b>	<b>29,5</b>	<b>102,3</b>	<b>784</b>	

Бухгалтер  
 Повар-бригадир

Борисова Т.И.  
 Кельштейн Т.В.



Согласовано  
И. О. директора МБОУ СОШ №12  
Е. Д. Кошеваров

Утверждаю  
Ген. директор ООО «Комбинат школьного питания и торговли»  
В. Н. Серикова

## МЕНЮ

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей возрастной категории от 12 лет и старше

на 9 декабря 2024 год

### ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Икра кабачковая	60	0,7	2,8	4,6	47	ПР
Омлет с сыром	130/5	16,2	26,3	2,3	312	211/2015
Ряженка	200	5,8	5	8,4	102	386/2015
Кофейный напиток с молоком	200	3	1,2	14,7	93	379/2015
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,4	25,2	100	ПР
Хлеб ржаной иодированный	40	2,6	0,4	16,8	82	ПР
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338/2015
<b>ИТОГО:</b>		<b>32,4</b>	<b>36,7</b>	<b>86,7</b>	<b>806,5</b>	

### ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Нарезка из соленых огурцов	100	0,8	0,1	1,7	10	70/2015
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,2	2,7	17,2	118	103/2015
Мясо тушеное	100(50/50)	15,2	17,8	2,5	225	256/2015
Каша гречневая вязкая со сливочным маслом	180	3,8	5	24,9	160	303/2015
Хлеб пшеничный	60	4,2	0,6	30,2	120	П/П
Хлеб ржаной иодированный	40	2,6	0,4	16,8	82	П/П
Кисель плодоягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	П/П
<b>ИТОГО:</b>		<b>30,8</b>	<b>26,6</b>	<b>116,3</b>	<b>807</b>	

Бухгалтер  
Повар-бригадир

Борисова Т.И.  
Кельштейн Т.В.



Утверждаю:  
 Ген. директор ООО «Комбинат школьного питания и торговли»  
 Серикова В.Н.

**МЕНЮ**  
 для организации питания детей от 12 лет и старше за родительскую плату  
 на 9 декабря 2024г.

Горячее питание (завтраки)

Родительская оплата - 85 руб

Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества г			енност ь. Ккал	рецептур ы
			Белка	Жиры	Углеводы		
Капуста квашеная	60	10,06	0,9	0,06	3,1	16,2	70/2015
Paгу из птицы	200(75/125)	58,84	14,2	12,1	17,3	237	289/2015
Кофейный напиток с молоком	200	12,7	3	1,2	14,7	93	379/2015
Хлеб пшеничный	40	2,14	2,8	0,4	20,1	82	ПР
Хлеб ржаной йодированный	50	3,29	3,2	0,1	21	103	ПР
<b>Итого</b>		<b>87,03</b>	<b>24,1</b>	<b>13,86</b>	<b>76,2</b>	<b>531,2</b>	

**МЕНЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ**

Наименование	выход	цена	Ккал	Наименование	выход	цена	Ккал
				<b>Мучные, кондитерские изделия</b>			
				Б.еша	100	13,71	
				вафле со сливк	75	11,30	
				вафли со сливк	75	21,19	
				вашишше с бе	100	33,58	
				пирожок с вар	75	7,99	
				коржик малин	75	8,50	
				вашишше с та	75	14,73	
				кекс, сливочн	75	24,95	
				коржик с ма	110	24,07	
				Фуджи Шелтон	100	27,28	
				<b>Соки, напитки</b>			
				сок фрукто	200	15,20	
				чай лате сав	200	3,04	
				чай лате сав	200	4,54	
				вода питьев	0,5	85,35	
				фруктовая нап	30	25,79	
				Шоколад Рлон	20	25,61	
				вафли бее	1к	286,48	

Бухгалтер  
 Повар-Бригадир

Борисова Т.И.  
 Кельштейн Т.В.